

HINWEISE

- Der Hallenbadeintritt ist im Kurspreis NICHT enthalten und bei jeder Teilnahme zu bezahlen.
- An Auffahrt, 29.05, Pfingstmontag, 09.06. und an der Solennität, 30.06. finden keine Kurse statt.
- Das Kursgeld ist während den ersten beiden Kurswochen an der Hallenbadkasse zu bezahlen.
- Abmeldungen sind bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich. Ansonsten wird ein Unkostenbeitrag von CHF 50.00 erhoben.
- Kursdurchführung ab jeweils 5 fixen Anmeldungen. Bei zu wenig Anmeldungen vor Kursstart, wird bis spätestens eine Woche vor Quartalsbeginn über eine Kursabsage informiert.
- Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden.

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

 HallenbadBurgdorf



KURSPROGRAMM GROUPFITNESS

2. Quartal 2025, 22. April bis 04. Juli 2025

GROUPFITNESS

| KURS | TAG | START | ANZAHL | ZEIT | LEITUNG | KOSTEN |
|-------------------------------|-----|----------|--------|-------|-----------------------|--------|
| 220 Fit und Fun (55 Min) | Mo | 28.04.25 | 8x | 18.30 | Claudia Wyler-Blatter | 98.00 |
| 223 Fit und Fun (55 Min) | Do | 24.04.25 | 10x | 18.30 | Marianne Aebi | 120.00 |
| 225 Bodyforming (55 Min) | Fr | 25.04.25 | 11x | 08.30 | Kym Marti | 132.00 |
| 228 Bauch, Beine, Po (55 Min) | Do | 24.04.25 | 10x | 19.30 | Ruth Wüthrich | 120.00 |
| 231 Männergymnastik (55 Min) | Mo | 28.04.25 | 8x | 17.30 | Marina Utiger | 96.00 |
| 232 Lady Fit (55 Min) | Mi | 23.04.25 | 11x | 09.15 | Marina Utiger | 132.00 |
| 233 Rückenfit (55 Min) | Mi | 23.04.25 | 11x | 10.15 | Marina Utiger | 132.00 |
| 236 Rundum Fit 60+ (55 Min) | Fr | 25.04.25 | 11x | 11.00 | Noa Widmer | 132.00 |

POWER KURSE

| KURS | TAG | START | ANZAHL | ZEIT | LEITUNG | KOSTEN |
|---------------------------------|-----|----------|--------|-------|----------------|--------|
| 252 Intervall Training (55 Min) | Di | 22.04.25 | 11x | 19.05 | Eliane Steiner | 132.00 |
| 241a bellicon@health Jumping | Di | 22.04.25 | 11x | 18.15 | Eliane Steiner | 132.00 |
| 241b bellicon@ Jumping | Do | 24.04.25 | 10x | 17.40 | Eliane Steiner | 120.00 |
| 224 Step Aerobic (55 Min) | Mi | 23.04.25 | 11x | 19.00 | Gabi Herrmann | 132.00 |
| 237 TRX | Fr | 25.04.25 | 11x | 17.45 | Noa Widmer | 132.00 |

PILATES & YOGA

| KURS | TAG | START | ANZAHL | ZEIT | LEITUNG | KOSTEN |
|----------------------------------|-----|----------|--------|-------|-----------------|--------|
| 229a Pilates Einsteiger (55 Min) | Mo | 28.04.25 | 8x | 19.30 | Gabi Herrmann | 104.00 |
| 229b Pilates für Fortg. (55 Min) | Do | 24.04.25 | 10x | 09.15 | Ruth Wüthrich | 130.00 |
| 229c Beckenboden (55 Min) | Do | 24.04.25 | 10x | 10.15 | Ruth Wüthrich | 130.00 |
| 234 Hatha Yoga (75 Min) | Mi | 23.04.25 | 11x | 17.40 | A.L. Burkhalter | 154.00 |

BEWEGTE RÜCKBILDUNG

| KURS | TAG | START | ANZAHL | ZEIT | LEITUNG | KOSTEN |
|---------------------|-----|---------|--------|-------|---------------|--------|
| Beckenboden/Pilates | Do | laufend | 10x | 10.15 | Ruth Wüthrich | 270.00 |

Mit der Rückbildung kann ca. 6-8 Wochen nach einer natürlichen Geburt und ca. 10 Wochen nach einem Kaiserschnitt gestartet werden. Einstieg jederzeit möglich.
Bitte per Mail an kym.marti@hallenbad-burgdorf.ch anmelden.
Im 10er-Abo für 270.- ist der Hallenbadeintritt bereits inbegriffen.